

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szyzka wieprzowa duszona 90 g, sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty białej, pora i jablek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), salami wp 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: SEL, GOR</u> ), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2367.33 kcal; Białko ogółem: 96.85 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.68 g; Węglowodany ogółem: 302.35 g; suma cukrów prostych: 46.04 g; Błonnik pokarmowy: 40.94 g; Sól: 6.59 g; WW: 26.4 Por; Cholesterol: 255.4 mg;

<b>czwartek 2025-01-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Szyzka wieprzowa duszona 90 g, sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty białej, pora i jablek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), salami wp 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: SEL, GOR</u> ), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2511.65 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 96.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.49 g; Węglowodany ogółem: 318.59 g; suma cukrów prostych: 60.85 g; Błonnik pokarmowy: 40.05 g; Sól: 6.36 g; WW: 28.14 Por; Cholesterol: 275.4 mg;

<b>czwartek 2025-01-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2198.65 kcal; Białko ogółem: 119.91 g; Tłuszcz: 69.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 287.6 g; suma cukrów prostych: 69.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.48 g; Sól: 8.62 g; WW: 25.65 Por; Cholesterol: 234.18 mg;

<b>czwartek 2025-01-16</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2543.48 kcal; Białko ogółem: 130.18 g; Tłuszcz: 73.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 347.98 g; suma cukrów prostych: 101.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g; Sól: 8.45 g; WW: 32.81 Por; Cholesterol: 248.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynka wieprzowa duszona 90 g, sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2529.62 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 345.53 g; suma cukrów prostych: 94.44 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; Sól: 8.75 g; WW: 31.45 Por; Cholesterol: 236.5 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> ), drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2543.48 kcal; Białko ogółem: 130.18 g; Tłuszcz: 73.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 347.98 g; suma cukrów prostych: 101.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g; Sól: 8.45 g; WW: 32.81 Por; Cholesterol: 248.38 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2285.49 kcal; Białko ogółem: 111.34 g; Tłuszcz: 67.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 314.83 g; suma cukrów prostych: 62.35 g; Błonnik pokarmowy: 17.93 g; Sól: 8.42 g; WW: 29.92 Por; Cholesterol: 230.78 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1806.09 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 61.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 223.99 g; suma cukrów prostych: 74.01 g; Błonnik pokarmowy: 13.64 g; Sól: 6.82 g; WW: 21.11 Por; Cholesterol: 222.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1905.09 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 65.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 226.77 g; suma cukrów prostych: 74.01 g; Błonnik pokarmowy: 13.64 g; Sól: 6.82 g; WW: 21.41 Por; Cholesterol: 222.98 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2535.99 kcal; Białko ogółem: 134.29 g; Tłuszcz: 73.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32 g; Węglowodany ogółem: 341.38 g; suma cukrów prostych: 88.15 g; Błonnik pokarmowy: 18.08 g; Sól: 8.56 g; WW: 32.52 Por; Cholesterol: 251.78 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2239.51 kcal; Białko ogółem: 122.63 g; Tłuszcz: 85.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 262.47 g; suma cukrów prostych: 30.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.43 g; Sól: 5.78 g; WW: 22.74 Por; Cholesterol: 246.78 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sałata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1505.04 kcal; Białko ogółem: 86.13 g; Tłuszcz: 41.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 210.54 g; suma cukrów prostych: 29.26 g; Błonnik pokarmowy: 34.22 g; Sól: 4.31 g; WW: 17.84 Por; Cholesterol: 133.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , sok owocowy 200ml 200 g , pomarańcza 1 szt ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1893.19 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz: 75.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 215.4 g; suma cukrów prostych: 56.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g; Sól: 7.6 g; WW: 18.87 Por; Cholesterol: 468.16 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , sok owocowy 200ml 200 g , pomarańcza 1 szt ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2182.91 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 78.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 277.17 g; suma cukrów prostych: 57.78 g; Błonnik pokarmowy: 39.02 g; Sól: 9.85 g; WW: 24.04 Por; Cholesterol: 469.36 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2060.23 kcal; Białko ogółem: 117.13 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 262.37 g; suma cukrów prostych: 30.36 g; Błonnik pokarmowy: 37.43 g; Sól: 5.78 g; WW: 22.72 Por; Cholesterol: 213.7 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2480.11 kcal; Białko ogółem: 135.69 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 305.5 g; suma cukrów prostych: 48.99 g; Błonnik pokarmowy: 37.43 g; Sól: 6.3 g; WW: 27.05 Por; Cholesterol: 278.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1918.81 kcal; Białko ogółem: 116.34 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 253.53 g; suma cukrów prostych: 16.11 g; Błonnik pokarmowy: 19.45 g; Sól: 8.81 g; WW: 23.58 Por; Cholesterol: 185.1 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2015.92 kcal; Białko ogółem: 49.1 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 270.18 g; suma cukrów prostych: 28.18 g; Błonnik pokarmowy: 11.68 g; Sól: 9.44 g; WW: 25.85 Por; Cholesterol: 193.67 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2330.57 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 50.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.77 g; Węglowodany ogółem: 369.29 g; suma cukrów prostych: 60.22 g; Błonnik pokarmowy: 18.26 g; Sól: 9.28 g; WW: 35.28 Por; Cholesterol: 126.3 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), miód 2 szt. 0 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2425.09 kcal; Białko ogółem: 114.98 g; Tłuszcz: 68.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 341.35 g; suma cukrów prostych: 67.47 g; Błonnik pokarmowy: 17.31 g; Sól: 9.26 g; WW: 32.59 Por; Cholesterol: 203.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynka wieprzowa duszona 90 g, sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), salami wp 60 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u> ), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2635.36 kcal; Białko ogółem: 124.31 g; Tłuszcz: 109.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.26 g; Węglowodany ogółem: 312.7 g; suma cukrów prostych: 60.57 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g; Sól: 6.51 g; WW: 27.89 Por; Cholesterol: 330.9 mg;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), płynna - obiad 600 ml,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2072.53 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 131.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.55 g; Węglowodany ogółem: 116.19 g; suma cukrów prostych: 6.6 g; Błonnik pokarmowy: 7.27 g; Sól: 1.8 g; WW: 11.06 Por; Cholesterol: 1057.97 mg;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), papkowata - obiad 650 ml,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2121.05 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 131.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.56 g; Węglowodany ogółem: 127.44 g; suma cukrów prostych: 7.15 g; Błonnik pokarmowy: 8.19 g; Sól: 1.81 g; WW: 12.11 Por; Cholesterol: 1057.97 mg;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2580.63 kcal; Białko ogółem: 130.02 g; Tłuszcz: 85.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.57 g; Węglowodany ogółem: 342.56 g; suma cukrów prostych: 91.21 g; Błonnik pokarmowy: 19.04 g; Sól: 9.45 g; WW: 32.53 Por; Cholesterol: 352.45 mg;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2499.72 kcal; Białko ogółem: 133.2 g; Tłuszcz: 108.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.25 g; Węglowodany ogółem: 274.07 g; suma cukrów prostych: 22.1 g; Błonnik pokarmowy: 19.31 g; Sól: 8.87 g; WW: 25.78 Por; Cholesterol: 409.25 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: pomarańcza 1 szt ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1687.55 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 217.48 g; suma cukrów prostych: 40.55 g; Błonnik pokarmowy: 36.02 g; Sól: 5.15 g; WW: 18.39 Por; Cholesterol: 188.6 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Szyńka wieprzowa duszona 90 g , sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.16 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 73.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 271.23 g; suma cukrów prostych: 36.82 g; Błonnik pokarmowy: 38.16 g; Sól: 5.2 g; WW: 23.52 Por; Cholesterol: 186.8 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 60 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1852.14 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 50.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 275.26 g; suma cukrów prostych: 34.51 g; Błonnik pokarmowy: 17.65 g; Sól: 8.13 g; WW: 25.97 Por; Cholesterol: 154.87 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Szyńka wieprzowa duszona 90 g , sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1828.98 kcal; Białko ogółem: 89.14 g; Tłuszcz: 54.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.98 g; Węglowodany ogółem: 269.6 g; suma cukrów prostych: 41.88 g; Błonnik pokarmowy: 33.08 g; Sól: 8.65 g; WW: 23.87 Por; Cholesterol: 144.92 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Szyńka wieprzowa duszona 90 g , sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), salami wp 60 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.26 kcal; Białko ogółem: 110 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.71 g; Węglowodany ogółem: 253.72 g; suma cukrów prostych: 59.12 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 5.93 g; WW: 22.08 Por; Cholesterol: 241.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1637 kcal; Białko ogółem: 70.77 g; Tłuszcz: 44.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 251.26 g; suma cukrów prostych: 91.26 g; Błonnik pokarmowy: 45.06 g; Sól: 2.58 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka świeża 100 g , miód 25 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1949.75 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 212.86 g; suma cukrów prostych: 45.94 g; Błonnik pokarmowy: 13.7 g; Sól: .82 g; WW: 20.06 Por; Cholesterol: 174.55 mg;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , dżem 2 szt. 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sok owocowy 200ml 200 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1994 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 248.52 g; suma cukrów prostych: 51.23 g; Błonnik pokarmowy: 10.24 g; Sól: 5.56 g; WW: 23.83 Por; Cholesterol: 154.87 mg;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2195.52 kcal; Białko ogółem: 115.56 g; Tłuszcz: 105.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.36 g; Węglowodany ogółem: 215.63 g; suma cukrów prostych: 19.89 g; Błonnik pokarmowy: 14.84 g; Sól: 1.78 g; WW: 20.25 Por; Cholesterol: 233.85 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka konserwowa 100 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5g , sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), margaryna 10 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1955.35 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw.łt.nas.ogółem: 37.95 g; Węglowodany ogółem: 264.5 g; suma cukrów prostych: 29.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.53 g; Sól: 11 g; WW: 22.69 Por; Cholesterol: 157.87 mg;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2048.05 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 93.17 g; Kw.łt.nas.ogółem: 45.37 g; Węglowodany ogółem: 225.56 g; suma cukrów prostych: 19.92 g; Błonnik pokarmowy: 14.53 g; Sól: 7.21 g; WW: 21.13 Por; Cholesterol: 154.87 mg;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Leczo wegetariańskie 300 g , surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 150 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2444.99 kcal; Białko ogółem: 75.94 g; Tłuszcz: 73.7 g; Kw.łt.nas.ogółem: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 386.36 g; suma cukrów prostych: 66.66 g; Błonnik pokarmowy: 38.82 g; Sól: 5.58 g; WW: 35.06 Por; Cholesterol: 103.88 mg;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1802.47 kcal; Białko ogółem: 46.33 g; Tłuszcz: 68.21 g; Kw.łt.nas.ogółem: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 243.23 g; suma cukrów prostych: 22.69 g; Błonnik pokarmowy: 12.92 g; Sól: 8.17 g; WW: 23.13 Por; Cholesterol: 168.87 mg;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1891.39 kcal; Białko ogółem: 82.43 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw.łt.nas.ogółem: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 254.31 g; suma cukrów prostych: 48.21 g; Błonnik pokarmowy: 39.62 g; Sól: 8.1 g; WW: 21.73 Por; Cholesterol: 764.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2092.66 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 44.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 349.63 g; suma cukrów prostych: 66.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.86 g; Sól: 6.84 g; WW: 31.45 Por; Cholesterol: 155.62 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,		zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1366.07 kcal; Białko ogółem: 39.16 g; Tłuszcz: 20.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.4 g; suma cukrów prostych: 10.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.88 g; Sól: .77 g; WW: 24.23 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
płatki jęczmienne na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone ots 150 g, miód 2 szt. - ots 50 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajko gotowane 2 szt. ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),		barszcz biały z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy - ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), leczy z kielbasą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek z/c ots 250 ml, herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SO2</u> , <u>może zawierać: JAJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3304.93 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; Tłuszcz: 121.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 445.32 g; suma cukrów prostych: 109.05 g; Błonnik pokarmowy: 47.43 g; Sól: 7.65 g; WW: 40.08 Por; Cholesterol: 908.56 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),				Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2467.75 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 66.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.8 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; suma cukrów prostych: 60.33 g; Błonnik pokarmowy: 18.26 g; Sól: 9.28 g; WW: 35.3 Por; Cholesterol: 171.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
płatki jęczmienne na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	barszcz biały z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy - ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sałatka jarzynowa ots 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
			Posiłek nocny: Kisiel z porzeczek b/c ots 250 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3084.9 kcal; Białko ogółem: 162.06 g; Tłuszcz: 140.32 g; Kw.ł.nas.ogółem: 58.36 g; Węglowodany ogółem: 306.86 g; suma cukrów prostych: 36.06 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; Sól: 9.12 g; WW: 27.48 Por; Cholesterol: 935.81 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 813 kcal; Białko ogółem: 47.66 g; Tłuszcz: 28.63 g; Kw.ł.nas.ogółem: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 94.02 g; suma cukrów prostych: 1.03 g; Błonnik pokarmowy: 4.59 g; Sól: 1.93 g; WW: 9.02 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.ł.nas.ogółem: 1.43 g; Węglowodany ogółem: 218.9 g; suma cukrów prostych: .29 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: .26 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.24 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.ł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1308.27 kcal; Białko ogółem: 42.05 g; Tłuszcz: 19.81 g; Kw.ł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 242.23 g; suma cukrów prostych: 5.44 g; Błonnik pokarmowy: 12.74 g; Sól: 1.08 g; WW: 23.01 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), śmietanka 18% 80 ml ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ),	mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ), mleko w proszku 25 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1734.77 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 111.11 g; Kw.ł.nas.ogółem: 65.93 g; Węglowodany ogółem: 126.16 g; suma cukrów prostych: 83.64 g; Błonnik pokarmowy: 1.4 g; Sól: 1.21 g; WW: 12.66 Por; Cholesterol: 355.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> , ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 968.06 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 35.81 g; Kw.łł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.15 g; suma cukrów prostych: 50.61 g; Błonnik pokarmowy: 5.64 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> , ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> , ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2236.57 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw.łł.nas.ogółem: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 270.18 g; suma cukrów prostych: 25.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.9 g; Sól: 7.52 g; WW: 24.35 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g ( <u>GLU</u> , ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1605.84 kcal; Białko ogółem: 58.3 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw.łł.nas.ogółem: 52.36 g; Węglowodany ogółem: 236.96 g; suma cukrów prostych: 20.48 g; Błonnik pokarmowy: 14.54 g; Sól: 1.52 g; WW: 22.47 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> , ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> , ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1491.32 kcal; Białko ogółem: 88.56 g; Tłuszcz: 40.58 g; Kw.łł.nas.ogółem: 19.05 g; Węglowodany ogółem: 230.31 g; suma cukrów prostych: 98.83 g; Błonnik pokarmowy: 46.76 g; Sól: 3.14 g; WW: 18.79 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

czwartek 2025-01-16 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 250 g , Szyńka wieprzowa duszona 90 g , Szyńka wieprzowa duszona 90 g , sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> , ), surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 748.15 kcal; Białko ogółem: 50.56 g; Tłuszcz: 24.31 g; Kw.łł.nas.ogółem: 4.96 g; Węglowodany ogółem: 84.89 g; suma cukrów prostych: 17.55 g; Błonnik pokarmowy: 13.5 g; Sól: .89 g; WW: 7.25 Por; Cholesterol: 111.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji			
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, ziemniaki gotowane 200 g, cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ),		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2535.99 kcal; Białko ogółem: 134.29 g; Tłuszcz: 73.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32 g; Węglowodany ogółem: 341.38 g; suma cukrów prostych: 88.15 g; Błonnik pokarmowy: 18.08 g; Sól: 8.56 g; WW: 32.52 Por; Cholesterol: 251.78 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA			
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		dyniowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Leczo wegetariańskie 300 g, surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żyt. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 150 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2444.99 kcal; Białko ogółem: 75.94 g; Tłuszcz: 73.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 386.36 g; suma cukrów prostych: 66.66 g; Błonnik pokarmowy: 38.82 g; Sól: 5.58 g; WW: 35.06 Por; Cholesterol: 103.88 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA			
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, dżem owocowy 50 g, sok pomidorowy 300 ml, jabłko 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Leczo wegetariańskie 300 g, cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 150 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1892.13 kcal; Białko ogółem: 45.73 g; Tłuszcz: 50.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 337.28 g; suma cukrów prostych: 116.02 g; Błonnik pokarmowy: 46.99 g; Sól: 10.01 g; WW: 29.16 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ),		dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2191.97 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.25 g; Węglowodany ogółem: 287.02 g; suma cukrów prostych: 97.54 g; Błonnik pokarmowy: 14.08 g; Sól: 7.53 g; WW: 27.36 Por; Cholesterol: 238.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2404.88 kcal; Białko ogółem: 125.98 g; Tłuszcz: 72.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 317.5 g; suma cukrów prostych: 99.46 g; Błonnik pokarmowy: 16.34 g; Sól: 7.69 g; WW: 30.23 Por; Cholesterol: 247.78 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , sok owocowy 200ml 200 g , pomarańcza 1 szt ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1898.84 kcal; Białko ogółem: 99.77 g; Tłuszcz: 75.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 218.32 g; suma cukrów prostych: 54.03 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; Sól: 8.93 g; WW: 18.8 Por; Cholesterol: 459.96 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ryżowa jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Leczo wegetariańskie 300 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , surówka z kapusty białej, pora i jabłek 130 g ( <u>MLE</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet sojowy 60 g ( <u>SOJ</u> ), papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2221.79 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 92.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35 g; Węglowodany ogółem: 283.45 g; suma cukrów prostych: 42.16 g; Błonnik pokarmowy: 38.35 g; Sól: 5.31 g; WW: 24.79 Por; Cholesterol: 166.08 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2585.68 kcal; Białko ogółem: 135.63 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.1 g; Węglowodany ogółem: 345.22 g; suma cukrów prostych: 87.99 g; Błonnik pokarmowy: 17.86 g; Sól: 8.66 g; WW: 32.89 Por; Cholesterol: 251.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: marchewka gotowana 100 g ,	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2345.86 kcal; Białko ogółem: 129.34 g; Tłuszcz: 86.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 269.98 g; suma cukrów prostych: 45.45 g; Błonnik pokarmowy: 35.79 g; Sól: 12.99 g; WW: 23.61 Por; Cholesterol: 307.28 mg;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: cukrzycowa bezmleczna dziecięca		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 60 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , pasta mięsno-marchewkowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , sałata zielona 20 g , sok owocowy 200ml 200 g , pomarańcza 1 szt ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 10 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2096.56 kcal; Białko ogółem: 109.98 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.43 g; Węglowodany ogółem: 264.34 g; suma cukrów prostych: 57.5 g; Błonnik pokarmowy: 39.51 g; Sól: 10.23 g; WW: 22.74 Por; Cholesterol: 961.2 mg;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , sok owocowy 200ml 200 g , pomarańcza 1 szt ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2233.66 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 103.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 226.75 g; suma cukrów prostych: 46.36 g; Błonnik pokarmowy: 14.16 g; Sól: 5.47 g; WW: 21.41 Por; Cholesterol: 456.13 mg;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Szynka wieprzowa duszona 90 g , sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g , papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2529.62 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 345.53 g; suma cukrów prostych: 94.44 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; Sól: 8.75 g; WW: 31.45 Por; Cholesterol: 236.5 mg;

czwartek 2025-01-16		
Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 296.85 kcal; Białko ogółem: .15 g; Tłuszcz: 0 g; Kw.tł.nas.ogółem: 0 g; Węglowodany ogółem: 74.16 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: .09 g; Sól: .15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS
bulka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, jabłko pieczone ots 150g, miód 2 szt. - ots 50g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajko gotowane 2 szt. 100g ( <u>JAJ</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta ots b/ml 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy - ots b/ml 100 ml, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), leczko z kielbasą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,	
		Posiłek nocny: Kisiel z porzeczki z/c 250 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2390.11 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 90.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 304.58 g; suma cukrów prostych: 54.87 g; Błonnik pokarmowy: 40.53 g; Sól: 5.04 g; WW: 26.57 Por; Cholesterol: 738.35 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml, budyń o smaku waniliowym z/c - ots 200 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml,		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1153.65 kcal; Białko ogółem: 44.67 g; Tłuszcz: 35.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 169.66 g; suma cukrów prostych: 73.61 g; Błonnik pokarmowy: 16.77 g; Sól: 1.35 g; WW: 15.37 Por; Cholesterol: 168.32 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Szynka wieprzowa duszona 90 g, sos cebulowy 100 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, papryka konserwowa 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2529.62 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 345.53 g; suma cukrów prostych: 94.44 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; Sól: 8.75 g; WW: 31.45 Por; Cholesterol: 236.5 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	papkowata - obiad 650 ml, sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, Mus z jabłek prażonych 150 g,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2717.01 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 118.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 314.09 g; suma cukrów prostych: 159.55 g; Błonnik pokarmowy: 19 g; Sól: 4.49 g; WW: 29.77 Por; Cholesterol: 784.79 mg;

czwartek 2025-01-16			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g, sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 60 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2527.45 kcal; Białko ogółem: 132.66 g; Tłuszcz: 72.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 341.55 g; suma cukrów prostych: 86.13 g; Błonnik pokarmowy: 16.56 g; Sól: 8.5 g; WW: 32.67 Por; Cholesterol: 247.38 mg;